

國立清華大學 112 學年度第 1 學期 田徑理論與實務教學大綱

科目：田徑理論與實務 Theory and Practicum of Track and Field	修別：選修	學分：2	時間：週四 5/6 節 13:20~15:10	地點：南大 A413	人數：50
---	-------	------	-------------------------	------------	-------

教師：陳國華 電話：公(03)571-5131 轉 34615 / 0936-936-046 e-mail：khtan@mx.nthu.edu.tw

教師：周宜辰 電話：公(03)571-5131 轉 34668 e-mail：ycchou@mx.nthu.edu.tw

一、課程規定

- (一) 本課程屬於彈性調整式授課，本學期上課週數為 18 週之彈性調整規畫，依體育室辦理全校運動會籌備會議 (12:10~13:10) 之調整，老師保有彈性調整上課時段之權利，無法配合者勿選課。
- (二) 修習本課必須全程參加 11/13-15 全校運動會場地佈置、採排及擔任裁判員工作，無法配合者勿選課。

二、課程目標

- (一) 學生從親身參與及規劃辦理運動賽會過程中，體驗到的實際經驗，培養對運動賽會的管理能力。
- (二) 瞭解田徑運動之起源與發展現況。
- (三) 瞭解田徑運動的基礎學理。
- (四) 教導田徑運動訓練與教學之基本理論基礎。
- (五) 學會基本體能活動之訓練。
- (六) 培養學生具備組織競賽，擔任裁判及運動賽會的管理能力。
- (七) 培養團結合作之精神。

三、參考書籍「遵守智慧財產權觀念，不得非法影印」

- (一) 無統一指定書籍，依各單元授課進度的主題分發相關講義。

四、可連結之網頁位址

- (一) 清華 eLearn 數位學習平台數位學習系統平台

五、教學方式

- (一) 學科：講述法、分組討論與發表、影片動作分析講解、多媒體數位教學。
- (二) 術科：動作示範、反覆練習。
- (三) 請患有「心臟病、氣喘、癲癇、糖尿病、血友病、癌症、精神病等重大傷病或特殊疾病史」之同學，主動向老師說明，課程內容得視同學學習狀況彈性調整。
- (四) 為了安全考量，上課當天或上課中途身體有任何不適，請立即告知老師，停下來休息，不要勉強運動。
- (五) 除請假外，即使有點不舒服，精神皆應與我們同在，並協助作安全維護。
- (六) 上術科需穿著運動服及運動鞋以方便活動。請勿穿著牛仔褲、裙子、涼鞋、拖鞋或不適合運動的服裝，以免受傷。
- (七) 運動器材要好好使用並加以愛惜，使用完畢後請歸還。
- (八) 教學過程中，若有任何疑難，請立即表明，將以個別指導方式改善。
- (九) 課後練習表與自我評量表之記錄。

六、成績考核

- (一) 平時 40% (出席率 / 學習精神 / 學習態度 / 積極參與上課討論)。缺席 3 次(包括事假)，以 0 分計算。
- (二) 期中考 20%
- (三) 期末考 20%
- (四) 期末書面報告 20%

七、注意事項：

- (一) 缺席、遲到多次，得特別注意。
- (二) 因應新冠肺炎疫情之突發狀況，本課程依規定應急處理。

八、教學進度			
週次	日期	授課進度	備註
01	9/14	課程說明、教學大綱、確定課程進度與成績考核。 運動會籌備工作分配及職責(一)	分組
02	9/21	運動會籌備工作分配及職責(二) 運動會競賽規程編製	上課改為 12:10-14:10 體健大樓 409 視聽教室
03	9/28	教師節(停課一天)	
04	10/5	運動會幹事部職責與工作要領(一) 拍攝開幕典禮進場示範影片、趣味競賽示範影片。	南大校區操場集合 全班穿著服裝整齊一致
05	10/12	運動會幹事部職責與工作要領(二) 運動會秩序冊編製 田徑裁判職責與工作要領(一)	
06	10/19	田徑裁判職責與工作要領(二)	上課改為 12:10-14:10 體健大樓 409 視聽教室
07	10/26	田徑裁判職責與工作要領(三)	
08	11/2	田徑裁判實際演練	
09	11/09	期中考 清華大學運動會裁判實作	上課改為 12:10-14:10 體健大樓 409 視聽教室
10	11/16	清華大學運動會檢討與改善	11/13-15 運動會場地佈置、 採排及擔任裁判員工作。
11	11/23	清華大學運動會檢討與改善	
12	11/30	田徑運動之起源與發展現況	
13	12/7	徑賽項目技術與訓練(一)	
14	12/14	徑賽項目技術與訓練(二)	
15	12/21	徑賽項目技術與訓練(三)	
16	12/28	田賽項目技術與訓練(一)	
17	1/4	田賽項目技術與訓練(二)	
18	1/11	期末考 繳交期末書面報告	
備註	<p>(一) 本課程屬於彈性調整式授課，本學期上課週數為 18 週之彈性調整規畫，依體育室辦理全校運動會籌備會議(12:10~13:10)之調整，老師保有彈性調整上課時段之權利，無法配合者勿選課。</p> <p>(二) 修習本課必須全程參加 11/13-15 全校運動會場地佈置、採排及擔任裁判員工作，無法配合者勿選課。</p>		
	<p>成績考核</p> <p>(一) 平時 40% (出席率 / 學習精神 / 學習態度 / 積極參與上課討論)。缺席 3 次(包括事假)，以 0 分計算。</p> <p>(二) 期中考 20%</p> <p>(三) 期末考 20%</p> <p>(四) 期末書面報告 20%</p> <p>注意事項</p> <p>(一) 缺席與遲到多次，得特別注意。</p> <p>(二) 因應新冠肺炎疫情之突發狀況，本課程依規定應急處理。</p>		